

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK ADLERIAN UNTUK MENINGKATKAN RASA  
PERCAYA DIRI SISWA KELAS X-5 SMAN 1 DRIYOREJO

**Nurimasy Azizah**

Alumni Prodi BK-FIP UNESA, [Sumpah\\_imasaiu@yahoo.com](mailto:Sumpah_imasaiu@yahoo.com)

**Prof. Dr. H. Muhari**

Staf Pengajar BK-FIP UNESA, [prodi\\_bkunesa@yahoo.com](mailto:prodi_bkunesa@yahoo.com)

**Drs. Titin Indah Pratiwi, M.Pd.**

Staf Pengajar Psikologi-FIP UNESA, [prodi\\_bkunesa@yahoo.com](mailto:prodi_bkunesa@yahoo.com)

**Elisabeth Christiana S,Pd. M,Pd.**

Staf Pengajar BK-FIP UNESA, [prodi\\_bkunesa@yahoo.com](mailto:prodi_bkunesa@yahoo.com)

**ABSTRAK**

Abstrak

Latar belakang dari penelitian ini adalah ditemukannya siswa tidak percaya diri di kelas X – 5 SMAN 1 Driyorejo sebanyak 25 % melalui proses wawancara. Bentuk perilaku tidak percaya diri di kelas X – 5 SMAN 1 Driyorejo adalah kesulitan dalam mengungkapkan pendapat, sering berkata tidak bisa sebelum mencoba berpendapat, tidak percaya diri saat melakukan presentasi di depan kelas, dan merasa malu jika menjawab pertanyaan dari guru.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji konseling kelompok Adlerian dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa kelas X – 5 SMAN 1 Driyorejo. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-eksperimental design* dengan *pre-test* dan *post-test group design*, dengan rancangan satu kelompok subyek. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket, wawancara dan observasi untuk mengetahui tingkat rasa percaya diri. Subyek penelitian ini adalah tujuh siswa kelas X – 5 SMAN 1 Driyorejo yang memiliki skor rasa percaya diri terendah. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis *statistik non-parametric* dengan menggunakan uji jenjang bertanda *wilcoxon*.

Dari hasil perhitungan diperoleh  $<$ . Hal ini berarti hipotesis penelitian yang berbunyi “konseling kelompok Adlerian dapat diterapkan dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X – 5 SMAN 1 Driyorejo” dapat diterima.

**Kata kunci :** Konseling Kelompok Adlerian, Percaya Diri

**Abstract**

The background of this research is finding students who do not feel self confident in class X - 5 SMAN 1 Driyorejo as much as 25% through the interview process. Forms of behavior are not self confident in class X - 5 SMAN 1 Driyorejo is can not express opinions, said could not before trying to argue, less confident when making presentations in front of the class, and felt embarrassed when answering questions from teachers.

The purpose that's wants to be reached in this research is to test the Adlerian group counseling in increase the self confidence on X – 5 class SMAN 1 Driyorejo's students. This research utilize *pre-experimental design* research type by *pre-test* and *posttest group design*, with one subject group. Data accumulated method which used are questionnaire, observation, and interview to know self confidence level. The subject this research are seven students of X – 5 class in SMAN 1 Driyorejo who has the lowest score of the self confidence. Data analysis which used is *non-parametric* statistic by *wilcoxon* signed rank test.

From the calculation results obtained  $<$ . This means that the research hypothesis that stated "Adlerian group counseling can be applied in increasing self confidence class X - 5 SMAN 1 Driyorejo" can be accepted.

**Keyword :** Adlerian group counseling, self-confident.

## PENDAHULUAN

Masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun. Individu yang tak memiliki hambatan pun biasanya memiliki rasa kurang percaya diri. Apalagi pada individu yang memiliki kekurangan fisik dan mental.

Menurut Perry (2005:1) kepercayaan diri memberikan kemampuan individu untuk mengatasi tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan, mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya, dan tidak mengkhawatirkan kegagalan. Ciri individu yang percaya diri adalah lebih fokus pada apa yang bisa dilakukan dan hasil positif yang akan diraih, bukan apa yang tidak bisa dilakukan dan apa yang mungkin salah.

Menurut Hurlock (1980:192) anak remaja yang tadinya sangat yakin dengan dirinya sendiri, sekarang menjadi kurang percaya diri dan takut akan kegagalan karena daya tahan fisik menurun dan karena kritikan yang bertubi – tubi datang dari orang tua dan teman – temannya. Rendahnya rasa percaya diri pada siswa SMA adalah masalah yang sering diabaikan oleh para guru, tetapi jika keadaan tersebut terus diabaikan, hal ini akan dapat berdampak negatif bagi siswa yaitu hasil belajar yang kurang optimal.

Berdasarkan hal itu, dilakukan pengamatan di SMAN 1 Driyorejo pada bulan November 2011-Desember 2011 di kelas X, XI dan XII. Pengamatan yang dilakukan pada saat proses belajar mengajar berlangsung dan ada juga saat di luar kelas. Berdasarkan pengamatan tersebut dan hasil wawancara dengan hampir semua guru mata pelajaran, tampak diantaranya kesulitan mengutarakan pendapat di kelas, ragu-ragu jika bertanya kepada hampir semua guru mata pelajaran, mengalami kesulitan berbicara dalam melakukan presentasi di depan kelas, dan ragu-ragu jika ingin menjawab pertanyaan. Hal tersebut berlaku pada hampir semua mata pelajaran. Setelah melakukan wawancara lebih lanjut kepada siswa ternyata banyak faktor yang menyebabkan mereka mempunyai perilaku rendahnya rasa percaya diri tersebut antara lain adalah adanya ketakutan siswa jika apa yang mereka katakan tidak sesuai dengan harapan dan keinginan bapak atau ibu guru, malu jika harus ke depan kelas untuk presentasi atau menjawab pertanyaan, tidak yakin bahwa apa yang ingin siswa sampaikan benar, dan pada akhirnya ditertawakan oleh teman-temannya. Dampak tidak percaya diri siswa X5 SMAN 1 Driyorejo

yang pertama adalah dalam proses belajar mengajar siswa kurang memahami materi pelajaran dengan baik. Hal ini berdasarkan keterangan dari siswa itu sendiri. Ketika siswa tidak paham dengan materi, siswa tidak mau bertanya kepada guru. Dampak yang kedua adalah nilai akademik menurun. Hal ini berdasarkan keterangan yang diperoleh dari wali kelas X5 melalui proses wawancara. Berdasarkan keterangan dari wali kelas, siswa yang tidak percaya diri akan kesulitan menerima materi pelajaran dan akan berpengaruh terhadap nilai akademik, yaitu cenderung dibawah rata-rata. Dan cenderung tidak punya pendirian dan terbawa arus oleh teman-temannya. Hal ini dibuktikan dengan perilaku mereka yang sering tidak mengerjakan tugas secara mandiri dan sering ikut-ikutan temannya untuk menentukan suatu pilihan. Hal tersebut berdasarkan keterangan dari wali kelas dari kelas X5.

Perilaku – perilaku yang ditunjukkan siswa SMAN 1 Driyorejo tersebut mengindikasikan bahwa siswa di SMAN 1 Driyorejo mempunyai tingkat percaya diri rendah. Menurut Surya (2007:1) gejala siswa tidak percaya diri adalah cemas, khawatir, tak yakin, tubuh gemetar ketika siswa hendak memulai melakukan sesuatu.

Setelah melakukan wawancara dengan koordinator BK SMAN 1 Driyorejo tanggal 8 Nopember 2011, terdapat 30% dari keseluruhan siswa kelas X, XI, XII yang mempunyai masalah kurang percaya diri. Pernyataan konselor tersebut berdasarkan pada catatan buku kasus siswa yang dimiliki oleh koordinator BK. Dan sebelumnya konselor pun telah melakukan upaya untuk menangani siswa-siswa yang memiliki sikap kurang percaya diri tersebut dengan melakukan bimbingan kelompok hampir pada seluruh siswa yang terindikasi memiliki sikap kurang percaya diri meskipun sampai saat ini dirasa masih belum sepenuhnya mengalami perubahan sikap. Didukung dengan hasil wawancara dengan hampir semua guru mata pelajaran, tampak diantaranya kesulitan mengutarakan pendapat di kelas, ragu-ragu jika bertanya kepada hampir semua guru mata pelajaran, mengalami kesulitan berbicara dalam melakukan presentasi di depan kelas, dan ragu-ragu jika ingin menjawab pertanyaan. Setelah melakukan wawancara lebih lanjut kepada siswa ternyata banyak faktor yang menyebabkan mereka mempunyai perilaku rendahnya rasa percaya diri tersebut antara lain adalah adanya ketakutan siswa jika apa yang mereka katakan tidak sesuai dengan harapan dan keinginan bapak atau ibu guru, malu jika harus ke depan kelas untuk presentasi

atau menjawab pertanyaan, tidak yakin bahwa apa yang ingin siswa sampaikan benar, dan pada akhirnya ditertawakan oleh teman-temannya. Sehingga konselor mempunyai argument yang kuat untuk mengatakan bahwa di sekolah tersebut memang banyak yang memiliki sikap kurang percaya diri.

Rendahnya rasa percaya diri adalah perasaan bahwa seseorang lebih rendah dibanding orang lain dalam satu atau lain hal. Perasaan demikian dapat muncul sebagai akibat sesuatu yang nyata atau hasil imajinasinya saja. Rendahnya rasa percaya diri sering terjadi tanpa disadari dan bisa membuat orang yang merasakannya melakukan kompensasi yang berlebihan untuk mengimbangnya, berupa prestasi yang spektakuler, atau perilaku antisosial yang ekstrim, atau keduanya sekaligus.

Perilaku tidak percaya diri siswa tersebut harus ditangani, agar siswa dapat meningkatkan rasa percaya dirinya. Alternatif bantuan yang dapat di berikan untuk membantu meningkatkan percaya diri siswa adalah dengan menggunakan konseling kelompok pendekatan Adlerian. Dari masalah yang dihadapi oleh siswa yang kurang percaya diri salah satu yang dapat membantu pemecahan permasalahan siswa adalah konseling kelompok pendekatan Adlerian.

Menurut Corey (dalam Darminto 2007: 58), Tujuan konseling kelompok Adlerian adalah untuk membentuk manusia dewasa yang utuh dan sehat secara pribadi dan sosial. Manusia dewasa yang sehat dikonseptualisasikan sebagai individu yang memperlihatkan kemandirian baik secara fisik maupun emosi, produktif, dan mampu menjalin kerja sama dengan orang lain baik untuk mencapai tujuan pribadi maupun tujuan sosial.

Dari penjelasan di atas alasan memakai konseling kelompok Adlerian karena setiap individu memiliki ide tersendiri, Perbandingan atau keseimbangan antara ide yang ingin dicapai dengan kemampuan sendiri itu memastikan berlangsungnya *perasaan-perasaan inferior* (kurang, rendah diri, minder). Jika individu menyadari bahwasannya ia tidak mampu melaksanakan idenya, maka timbullah perasaan *inferior*. Individu merasa malu, lemah, kecil, tersudut, kecewa, dan lain-lain. namun individu tidak mau menerima perasaan inferior ini., dan terus berusaha mengadakan kompensasi. sikap rendahnya rasa percaya diri tetapi individu itu bisa mengurangi sikap itu. Jelasnya perasaan rendahnya rasa percaya diri itu membangunkan usaha untuk menyelesaikannya melalui benyik kompensasi. Dalam hal ini peneliti menggunakan konseling kelompok Adlerian untuk meningkatkan rasa percaya diri atau superior tersebut.

Berdasarkan uraian di atas timbul keinginan untuk mengangkatnya dalam suatu penelitian mengenai Penerapan konseling kelompok pendekatan Adlerian

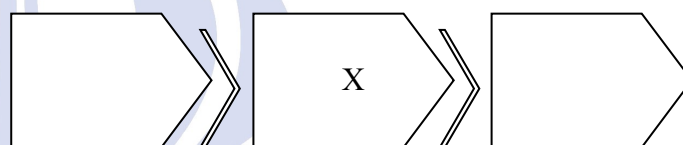
untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X5 SMAN 1 Driyorejo.

## METODE

Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian eksperimen karena penelitian ini menerapkan suatu perlakuan. Penelitian ini termasuk dalam bentuk *pre – eksperimental design* karena peneliti tidak memakai variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random. (Sugiyono, 2008:74). Dengan *pre-test* dan *post-test design* dengan satu macam perlakuan.

Berikut adalah skema pre eksperimen dengan *one group pre-test dan post- test design*.

### Bagan One Group Pre-tes dan Post-tes Design



(Arikunto, 2006:85)

Keterangan:

$O_1$  = nilai *pre-test* (sebelum diberi perlakuan)

$O_2$  = nilai *post-test* (setelah diberi perlakuan)

X = pelaksanaan perlakuan

Prosedur *one group pre-test post-test design* yang akan dilaksanakan pada penelitian ini adalah:

1. Memberikan *pre-test* ( $O_1$ ) untuk mengetahui skor percaya diri pada siswa kelas X-5 sebelum diberi perlakuan
2. Memberikan perlakuan konseling kelompok Adlerian subyek di kelas X-5
3. Memberikan *post-test* ( $O_2$ ) untuk mengetahui untuk mengetahui perubahan perilaku setelah diberikan perlakuan konseling kelompok Adlerian

Prosedur proses konseling kelompok Adlerian adalah: Adapun tahap yang akan dilakukan selama penelitian ini adalah :

- a. Tahap persiapan
  - 1) Menyusun proposal penelitian
  - 2) Menentukan lokasi penelitian



Penelitian ini, penulis mengambil lokasi di SMAN 1 Driyorejo

- 3) Survey ke tempat penelitian
- 4) Mengurus surat ijin penelitian

Surat perijinan diperoleh dan ditandatangani oleh Dekan FIP UNESA dan selanjutnya diserahkan ke SMAN 1 Driyorejo

b. Tahap pelaksanaan penelitian

- 1) Membuat jadwal penelitian.
- 2) Pengumpulan data melalui penyebaran instrument berupa angket.
- 3) Prosedur penelitian
  - a) Membuat jadwal penelitian.
  - b) Pengumpulan data melalui penyebaran angket pada siswa kelas X5 di SMAN 1 Driyorejo.
  - c) Menentukan siswa kelas kelas X5 SMAN 1 Driyorejo yang memiliki skor percaya diri rendah.
  - d) Diketahui siswa kelas kelas X5 SMAN 1 Driyorejo yang mempunyai skor rendah diri tinggi yang selanjutnya diberi perlakuan konseling kelompok Adlerian.
  - e) Memberikan angket yang sama kepada 5 siswa yang memiliki rendah diri tinggi untuk mengetahui adanya perubahan.
  - f) Membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui adanya perubahan atau meningkat dari diterapkannya konseling kelompok Adlerian pada siswa.
  - g) Tahap menyimpulkan hasil penelitian dengan menyusun laporan. Membandingkan  $O_1$  dengan  $O_2$  untuk mengetahui adanya perubahan yang terjadi setelah diberikan *treatment*.

Perlakuan diberikan secara kelompok sebanyak 5 kali pertemuan yang dilakukan di mushola SMAN 1 Driyorejo.

Pada penelitian ini digunakan metode analisa data statistik karena data yang dikumpulkan merupakan data kuantitatif. Metode analisis data yang sesuai dengan rancangan penelitian ini adalah statistik non parametrik. Hal ini karena data yang dianalisis berasal dari sejumlah subjek penelitian yang relatif kecil.

Tehnik analisis non parametrik yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji tanda (*sign test*). Analisis ini dinyatakan dalam bentuk tanda positif dan negatif pada perbedaan antara pasangan

observasi dan tidak didasarkan atas besarnya perbedaan tersebut

Penelitian ini dilakukan di di SMAN 1 Driyorejo dengan subyek berjumlah 7 (tujuh) orang yakni keseluruhan siswa kelas X5 tahun ajaran 2012-2013. Pada penelitian ini terdapat dua variabel, antara lain: Variabel terikat rasa percaya diri dan variabel bebas konseling kelompok Adlerian. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa angket, yaitu angket percaya diri yang telah divalidasi berjumlah 88 item pernyataan.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Analisis hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

Setelah diperoleh hasil *pre-test* dan *post-test*, maka peneliti membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian mengadakan analisis data agar diketahui hasil penelitian dengan cermat dan teliti serta dilakukan untuk mengetahui ada perbedaan atau tidaknya keterampilan bertanya siswa di kelas antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini menggunakan statistik non parametrik dengan uji tanda untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan dan menguji hipotesis. Hipotesis statistik yang digunakan untuk menganalisis data adalah sebagai berikut  $H_0$  adalah Penerapan konseling kelompok Adlerian tidak dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri kelas X-5 SMAN 1 Driyorejo, sedangkan  $H_a$  adalah Penerapan konseling kelompok Adlerian dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri kelas X-5 SMAN 1 Driyorejo.

Untuk menganalisis data peneliti menyiapkan tabel hasil analisis statistik sebagai berikut:

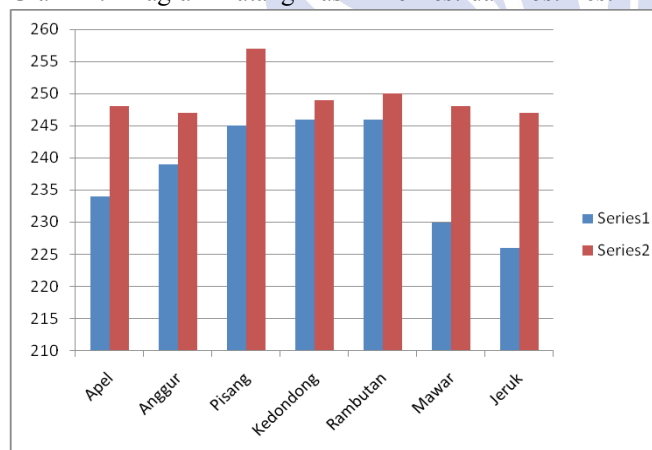
Tabel 4.4 Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

No	Nama	<i>Pre-test</i> (X B)	<i>Post-test</i> (X A)	Arah Perbedaan
1.	Apel	234	248	$XA > XB$
2.	Anggur	239	247	$XA > XB$
3.	Pisang	245	257	$XA > XB$
4.	Kedondong	246	249	$XA > XB$
5.	Rambutan	246	250	$XA > XB$
6.	Mawar	230	248	$XA > XB$

7.	Jeruk	226	247	XA > XB

Berdasarkan tabel hasil perhitungan di atas, diketahui Tabel diatas menunjukkan banyaknya tanda (+) adalah 7, sehingga X (banyaknya tanda yang sedikit) adalah 0 dengan taraf  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% (0,05). Berdasarkan pada tabel binominal dengan  $N=7$  dan  $X=0$ . Harga  $\rho=0,008$  lebih kecil daripada  $\alpha=0,05$ . Untuk menolak  $H_0$  peluang sampel harus lebih kecil daripada 0,05. Karena  $0,008 < \alpha$ , ada perbedaan skor percaya diri siswa sebelum diberi dan sesudah diberi perlakuan pada siswa kelas X5 SMAN 1 Driyorejo. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian dapat meningkatkan rasa percaya diri terhadap siswa kelas X5 SMAN 1 Driyorejo. Untuk memperjelas hasil dari analisis *pre-test* dan *post-test* pada masing-masing subyek penelitian dapat digambarkan melalui diagram batang di bawah ini:

Grafik 4.1 Diagram Batang Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*



## 2. Analisis Individual

Berdasarkan diagram 4.3 di atas maka dapat dijelaskan analisis secara individual dari delapan subyek penelitian sebagai berikut:

### a. Subyek Apel

Subyek Apel melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Setelah mengikuti konseling kelompok Adlerian, apel mengaku sadar bahwa kesalahan dalam dirinya adalah dikarenakan ia lebih mengutamakan perasaan malunya daripada mempertimbangkan dampak apabila ia tetap merasa malu dan tidak percaya diri. Sekarang Apel lebih mudah bergaul dan sebenarnya apel adalah seorang humoris.

### b. Subyek Anggur

Subyek Anggur melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum Anggur melakukan konseling kelompok Adlerian tergolong tidak mampu melakukan hal apapun dan memilih diam. Setelah melakukan konseling Anggur berperilaku lebih aktif dan lebih percaya diri meskipun dengan kondisi keluarga yang tidak mampu.

### c. Pisang

Subyek Pisang melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum Pisang melakukan konseling kelompok Adlerian seorang yang pemalu. Sikarenakan sejak kecil keluarganya tidak memberikan kebebasan untuk bermain dengan teman. Sekarang setelah melakukan konseling Pisang lebih mudah unuk bergaul dengan teman sebayanya tanpa disadari pisang adalah seorang anak yang menyenangkan menurut teman-temannya.

### d. Kedondong

Subyek Kedondong melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum Kedondong melakukan konseling kelompok Adlerian orang yang kurang percaya diri karena bentuk tubuhnya yang gendut dan takut dihina di depan teman-temannya. Sekarang kedondong menjadi lebih Percaya diri dengan tubuhnya yang memang lebih gendut dibanding teman-temannya. Dengan tubuhnya yang gendut, ia makin disukai banyak teman karena ia pandai melucu.

### e. Rambutan

Subyek Rambutan melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum Rambutan melakukan konseling kelompok Adlerian orang pemalu dan merasa kurang percaya diri karena kurang mampu dalam berkomunikasi dengan individu. Sekarang Rambutan menjadi lebih mudah untuk menyampaikan apa yang ingin dia sampaikan misalnya menyampaikan argumennya di kelas.

### f. Subyek Jeruk

Subyek Jeruk melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum jeruk melakukan konseling kelompok Adlerian adalah seorang yang pemalu, ingin melakukan semua hal tetapi takut melakukan hal yang salah. Apapun yang dilakukan membuat takut salah atau salah tindakan. Sekarang dapat dilihat kalau jeruk lebih mudah untuk menyampaikan sesuatu, ia merasa percaya diri dengan sikapnya tanpa harus merasa takut salah terus.

### d. Mawar

Subyek mawar melaksanakan konseling kelompok Adlerian dengan baik. Sebelum Anggur melakukan konseling kelompok Adlerian merupakan kurang percaya diri ketika tampil di depan umum. Terutama saat

mengemukakan pendapat atau maju di depan kelas. Setiap ada diskusi dia memilih untuk diam saja. Sekarang Mawar lebih sering untuk memulai pembicaraan dan lebih mudah untuk menyampaikan pendapatnya di depan kelas.

Dari analisis individual tersebut di atas sebelum diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian dan sesudah diberikan konseling terdapat perbedaan perilaku terhadap tujuh siswa tersebut. Siswa tersebut merasa ada perubahan menjadi lebih percaya diri dan lebih mudah untuk menyampaikan pendapatnya.

Berdasarkan hasil analisis di atas disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian dapat meningkatkan rasa percaya diri terhadap siswa kelas X5 SMAN 1 Driyorejo.

Dan dari analisis individual tersebut di atas sebelum diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian dan sesudah diberikan konseling terdapat perbedaan perilaku terhadap tujuh siswa tersebut. Siswa tersebut merasa ada perubahan menjadi lebih percaya diri dan lebih mudah untuk menyampaikan pendapatnya, yang semula merasa malu kini merasa lebih terbuka, yang awalnya merasa sulit untuk menyampaikan pendapatnya kini menjadi lebih percaya diri dan tidak merasa salah dalam penyampaian.

Pemberian konseling kelompok pendekatan Adlerian dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa, memahami permasalahan yang sering muncul akibat kurangnya rasa percaya diri siswa sehingga ia berada pada posisi untuk mempertimbangkan berbagai alternatif untuk melewati masa-masa sulit itu dengan baik. Dengan demikian saat siswa mengalami hambatan dalam mencapai tugas perkembangannya dan mempunyai permasalahan, siswa dapat memanfaatkan layanan BK di sekolah salah satunya konseling kelompok pendekatan Adlerian.

Teknik konseling Adlerian ini sesungguhnya bisa untuk mengatasi masalah yang lain selain meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu juga dapat membantu klien mengurangi sikap rendah diri dan meningkatkan perilaku asertif pada siswa menurut Adler (dalam Kartono 1996:132) (). Dalam hal ini hanya untuk meningkatkan rasa percaya diri, seyogyanya bisa juga digunakan untuk mengatasi masalah yang lain. seperti yang sudah saya sebutkan di atas. Untuk itu perlu dilakukan penelitian.

Oleh karena itu penelitian lebih lanjut dapat mencoba menganalisis masalah tersebut dengan teknik konseling kelompok Adlerian untuk dapat membuktikan kebenaran pendapat tersebut di atas. Dengan hasil penelitian ini diharapkan teknik konseling kelompok pendekatan Adlerian ini dapat digunakan oleh konselor sekolah untuk mengatasi masalah-masalah serupa atau dengan klien-klien yang lain. oleh karena itu konselor sekolah harus trampil dalam menggunakan strategi konseling kelompok Adlerian.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji tanda antara skor pre test dan post test dapat disimpulkan ada perbedaan secara signifikan antara skor pre-test dan post test. Berdasarkan tanda dari uji tanda tersebut (+) menunjukkan bahwa skor post-test lebih tinggi dari skor pretest dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adlerian dapat meningkatkan percaya diri.

Disamping itu berdasarkan hasil analisis individual tentang perubahan-perubahan perilaku selama mengikuti konseling kelompok Adlerian disimpulkan bahwa perilaku percaya diri meningkat dan ini disimpulkan dengan perubahan perilaku diantaranya adalah siswa lebih mudah untuk menyampaikan pendapat di depan kelas, siswa lebih mudah bergaul dengan teman sebaya, dan siswa lebih percaya diri untuk melakukan sesuatu hal yang memang dianggapnya benar.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, ada beberapa saran yang bisa dipertimbangkan antara lain :

#### **1. Bagi Konselor Sekolah**

Dengan adanya bukti bahwa penerapan konseling kelompok Adlerian dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa, diharapkan konselor dapat mempergunakan layanan konseling kelompok Adlerian sebagai salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi masalah siswa yang mengalami masalah percaya diri. Oleh karena itu konselor sekolah harus trampil dalam menggunakan strategi konseling kelompok Adlerian. Untuk itu konselor harus meningkatkan ketrampilan dalam menerapkan konseling kelompok Adlerian disamping strategi-strategi yang lain.

#### **2. Bagi Peneliti Lain**

Konseling kelompok Adlerian bukan satu-satunya konseling kelompok yang dapat meningkatkan percaya diri tetapi Teknik konseling Adlerian ini sesungguhnya bisa untuk mengatasi masalah yang lain selain meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu juga dapat membantu klien mengurangi sikap rendah diri dan meningkatkan perilaku asertif pada siswa Menurut Adler (dalam Kartono 1996:132) .Oleh karena itu penelitian lebih lanjut dapat mencoba menganalisis masalah tersebut dengan teknik konseling kelompok Adlerian untuk dapat membuktikan kebenaran pendapat tersebut di atas.

#### Daftar Acuan

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. UMM press: Malang
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. RinekaCipta: Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Azwar, Saifudin. 1992. *Reabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar : Yogyakarta
- Azwar, Saifudin. 1998. *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar : Yogyakarta
- Corey, Gerald. 1973. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT Eredco: Bandung
- Corey, Gerald. 2007. *Teoridan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT RefikaAditama: Bandung
- Darminto, Eko. 2007. *Teori-Teori Konseling*. Unesa University Press: Surabaya

